

බුද්ධ ධර්මය

අප ශාස්තෘ වූ භාග්‍යවත් බුදුරජාණන් වහන්සේ ලොවට දේශනා කළේ මානසික සැනසුම ලබන මාවතයි. එනම් දුකින් නිදහස්වීමේ නොවරදින මාවතයි. සාරාසංඛ්‍ය කල්ප ලක්ෂයක් බඳු විශාල කාලයක් දානාදි පාරමිතා පුරා අපමණ පරිත්‍යාගයක් සිදු කොට තම ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය උපරිම ලෙස දියුණු කළ බුදුරජාණන් වහන්සේ තම ඥානයෙන් සම්බුද්ධත්වය අවබෝධ කොට දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත සෙසු ලෝකයා කෙරෙහි ද ඉමහත් කරුණාධ්‍යාසයෙන් දේශනා කළහ. උන් වහන්සේ අවබෝධ කොට ලොවට දේශනා කළේ තමන් වහන්සේගේ පෞද්ගලික මතවාදයක් නොව සම්බුදු උතුමකු ලොව පහළ වුව ද නොවුව ද සැමදා පවත්නා යථාර්ථයයි. එය උන්වහන්සේගේ නිර්මාණයක් නොව අවිද්‍යාත්කාරයෙන් වැසී පැවැති ලෝක යථාර්ථය අනාවරණය කර ගැනීමකි. ලොව කලින් කල පහළ වන සම්මා සම්බුදුරජාණන් වහන්සේලා දේශනා කරන මෙම ප්‍රතිපදාව පුරාණ නගරයක් පිළිසකර කිරීමක් වශයෙන් සදහන් ව තිබේ (නගර සුක්ත).

බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කළ අනුශාසනා විවිධ විද්වතුන් විසින් විවිධ ක්‍රමවේදයන් යටතේ බෙදා දක්වා තිබේ. ධර්මස්කන්ධ වශයෙන් එය අසුභාර දහසකි. තව ද ධර්ම, විනය වශයෙන් එය දෙවදූරුම් ය. විනය, සූත්‍ර, අභිධර්ම යනුවෙන් ත්‍රිපිටකය වශයෙන් දැක්වෙන්නේ ද එබඳු විග්‍රහයකි. සුක්ත, ගෙය්‍ය, වෙය්‍යාකරණ, ගාථා, උදාන, ඉතිවුත්තක, ජාතක, අබ්භුතධම්ම, වේදල්ල යනුවෙන් නවංග සඤ්ඤාසාසනය වශයෙන් ද එය විස්තර වේ.

ත්‍රිපිටක විග්‍රහයට අනුව සමස්ත බුද්ධ වචනය බෙදා දක්වා ඇති අයුරු:

1. විනය පිටකය :

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 01. උභකො විභංග: | 1. පාරාජිකා පාලි |
| | 2. පාවිත්තිය පාලි |
| 02. බන්ධක : | 3. මහාවග්ගපාලි |
| | 4. චුල්ලවග්ගපාලි |
| 03. පරිවාර : | 5. පරිවාරපාලි |

2. සූත්‍ර පිටකය :

1. දීඝනිකාය
2. මජ්ඣිමනිකාය
3. සංයුත්තනිකාය
4. අංගුත්තරනිකාය
5. බුද්දකනිකාය

(බුද්දක නිකායට අයත් ග්‍රන්ථ 15කි. ඒවා නම්: බුද්දකපාඨ, ධම්මපද, උදාන, ඉතිවුත්තක, සුත්තනිපාක, විමානවස්සු, ජේතවස්සු, ථෙරගාථා, ථෙරීගාථා, ජාතක, නිද්දේස, පටිසම්භිදාමග්ග, අපදාන, වරියාපිටක, බුද්ධවංස). මීට අමතරව බුරුමය, තායිලන්තය වැනි රටවල තවත් ග්‍රන්ථ 4ක් ද බුද්දකනිකායට ඇතුළත් කර තිබේ. ඒවා නම්: නෙත්තිප්පකරණ, ජේටකෝපදේස, මිලින්දපඤ්ඤ, සුත්තසංගහ.

3. අභිධම්ම පිටකය :

1. ධම්මසංගණිප්පකරණ
2. විභංග
3. ධාතුකථා
4. පුග්ගලපඤ්ඤත්ති
5. කථාවස්සුප්පකරණ
6. යමකප්පකරණ
7. පට්ඨානප්පකරණ

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මහා ප්‍රඥාවෙහි පිහිටා මහාකරුණාවෙන් ළඟෙන් සිතින් දුකින් නිදහස් වනු සඳහා ලොවට දෙසූ දහම මැනවින් දෙසන ලද්දකි (ස්වාක්ධාතෝ). එය මෙලොව දී ම ආනිසංස ලැබිය හැකි (සන්දිට්ඨිකෝ), කල් නොගොස් ප්‍රතිඵල දැකිය හැකි (අකාලිකෝ), 'එන්න බලන්න' යනුවෙන් ඕනෑම අයකුට විවෘතව ආරාධනා කළ හැකි (එහිපස්සිකෝ), තමන් වෙත පමුණුවාගෙන ප්‍රතිඵල දැකිය හැකි (ඕපනයකෝ), නුවණැත්තන් විසින් තම නුවණින් අවබෝධ කටයුතු (පච්චත්තං වේදිතබ්බෝ විඤ්ඤාහි) අනුශාසනයකි. එම දහම අසා අනුගමනය කළ පමණට ඉන් ප්‍රතිඵල දැක ගත හැකි වේ. එම දහම විවිධ මට්ටම්වලින් තම නුවණ හා ශක්තිය පමණට අනුගමනය කළ හැකිය. කුමන මට්ටමකින් ධර්මය ප්‍රගුණ කළ ද තමා පිළිපදින දහමින් ප්‍රතිඵල නෙළා ගත හැක්කේ ධර්ම මාර්ගය ආරම්භයේ සිට ම තමා තුළ ද මූලික ලක්ෂණ සපුරා ඇති විටයි. මජ්ඣිම නිකායේ වේධනස්ස සූත්‍රයේ දක්වෙන පරිදි බුදුරජාණන් වහන්සේ ධර්මය දේශනා කරන විට ශ්‍රාවකයා තුළ ඇති කර ගත යුතු ගුණාංග විස්තර වේ.

'එතු විඤ්ඤා පුරිසෝ අසඨෝ අමායාථී උජ්ජාතිකෝ අහමනුසාසාමී. අහං ධම්මං දේසෙමී'

ඒ අනුව තථාගත ශ්‍රී සද්ධර්මයෙන් ප්‍රතිඵල ලබා දුකින් නිදහස්වීමට නම් නුවණැති බව, කපටි නැතිබව, මායාකාරී නොවන බව, අවංක බව යන ගුණාංග ධර්ම මාර්ගය ආරම්භයේ පටන් ම දියුණු කර ගත යුතුව ඇත.

තම දිවිමග සඵල කර ගැනීම සඳහා බුදුරදුන් වදාළ ධර්මය පිළිපැදිය හැකි ආකාරය ස්තර තුනක් යටතේ දැක්විය හැකි ය. එනම්,

- 01. මෙලොව දියුණුව
- 02. පරලොව දියුණුව
- 03. විමුක්තිය

සඳහා දේශනා කරුණු වශයෙන් බෙදා දැක්විය හැකිය.

මෙලොව සාර්ථකත්වය සඳහා දේශිත අනුශාසනා නැවත,

- 1. අධ්‍යාපන Education
- 2. ආර්ථික Employment
- 3. සෞඛ්‍යය Health
- 4. සදාචාර Morality

යන අංශයන්ගෙන් දියුණුවට පත්විය යුතුව ඇත. ඒ අනුව දැනුම් ජීවිතෝපාය ඉලක්ක කොටගත් අධ්‍යාපනයක් ලැබීමත් තම දෑතේ චිරියයෙන් දහදිය වගුවා දැනුම ව ධනය උපයා ආර්ථිකයෙන් ශක්තිමත් වීමත් කායික මානසික සුවතාවෙන් යුතුව වාසය කිරීමත් පංචසීලය පදනම් කොටගත් සදාචාරවත් දිවිපෙවතක් ගත කිරීමත් මෙලොව ජීවිතයේ සාර්ථකත්වය සඳහා බෙහෙවින් ඉවහල් වේ. බුදුසමයේ සඳහන් සිගාල, ව්‍යග්ඝපජ්ජ, මංගල, පරාභව, ධම්මික වැනි සූත්‍රවලින් මේ සඳහා උපදෙස් රැසක් ඉදිරිපත් කර තිබෙනු දක්නට ලැබේ. ඇතැමෙක් ආගම දහමක් නොඇදහුව ද යහපත් අධ්‍යාපනයක් හා මනා ශික්ෂණයක් ලබා මෙම අංශයන්ගෙන් දියුණුවට පත් ව සාර්ථක සමාජගත ජීවිතයක් ගත කරනු දැක ගත හැක. ඉහත අංශ හතරින් සම්පූර්ණව මෙලොව ජීවිතය උපරිම තලයට සාර්ථක කර ගත්ත ද කෙනෙකුගේ ජීවිතය සාර්ථක යැයි බුදුදහමින් නොපිළිගැනේ. මක් නිසාද යත් ඔහු භෞතික හා ලෞකික වශයෙන් සැප වින්ද ද ලෝභ, ද්වේෂාදි මානසික ස්වභාවයන්ගෙන් පීඩා විදින බැවිනි. තවද අපගේ ජීවිත මේ භවයෙන් නිමාවට පත් නොවන අතර කර්මානුරූපව තවදුරටත් සසර භවයෙන් භවය සැරිසරන බැවිනි. යමකු මේ ජීවිතය උපරිම ලෙස සාර්ථක වුව ද පරලොව ජීවිත දුගතිගාමී වුවහොත් ඔහු සැබෑ ලෙස සාර්ථක වුවකු නොවේ. එබැවින් යමෙකු මේ ජීවිතය සඵල කර ගන්නා අතර මරණින් මතු ජීවිත ද සාර්ථක කර ගැනීමට දක්ෂ විය යුතු ය. එනිසා තවදුරටත් ආධ්‍යාත්මික ගමන් මගෙහි ඉදිරියට යාමට බුදුදහමින් අනුශාසනා කෙරේ.

දෙවන පියවරට පා තැබීමේ දී ධර්මශ්‍රවණය කොට දහම් දැනුමින් පොහොසත් ව සිටින ශ්‍රාවකයා මෙලොව පරලොව පිළිබඳ කිසියම් අවබෝධයකින් පසුවෙයි. ඒ අනුව කර්මය හා කර්මඵල පිළිබඳවත් සංසාරගත ජීවිතය පිළිබඳවත් කිසියම් අවබෝධයක් (කම්මපස්සකතා සම්මාදිට්ඨි) පවතී. තම සිත අපිරිසිදුව කයින් වචනයෙන් සිතින් යමක් කළහොත් ඉන් දුක් විපාක ලැබෙන බවත් සිත පිරිසිදුව පවත්වා ගනිමින් කයින් වචනයෙන් සිතින් යමක් කළහොත් ඉන් සැප විපාක ලැබෙන බවත් පිළිබඳ අවබෝධයයි. මෙම අවබෝධයත් සමඟ හැකිතාක් දුරට පාපයෙන් වෙන්වීමටත් (සබ්බපාපස්ස අකරණං), කුසල් වැඩීමටත් (කුසලස්ස උපසම්පදා) ඔහු උත්සාහවත් වෙයි. එනිසා පරලොව සුගතිය සඳහා ඔහු කටයුතු සම්පාදනය කර ගනී. පරලොව ජීවිතයේ සාර්ථකත්වය සඳහා දේශිත අනුශාසනා,

1. දාන (දානමයං පුඤ්ඤකිරියවත්තු) Generosity
2. සීල (සීලමයං පුඤ්ඤකිරියවත්තු) Virtue
3. භාවනා (භාවනාමයං පුඤ්ඤකිරියවත්තු) Meditation

වශයෙන් ත්‍රිවිධ පුණ්‍යක්‍රියා යටතේ විස්තර කොට තිබේ. මේ අනුව අකුසල් යටපත් කොට කුසලානිසංස ඉස්මතු කරලීමේ අධ්‍යාසයෙන් යුතුව හැකි පමණින් තමන් සන්තක දෑ අත් අයට මෙන් සිතින් දන දෙමින් කායික වාචසික සංවරය (සිල්වත්ඛව) දියුණු කර ගනිමින් සිත දියුණු කරලීමේ වැඩපිළිවෙළක නිතර යෙදෙමින් කල් ගෙවයි. එමගින් තම ආධ්‍යාත්මික ශක්තිය දියුණුවන අතර අතීත කර්ම වශයෙන් එළඹෙන අකුසල විපාක මැඩලීමට ද හැකියාව ලැබේ. දානාදි ත්‍රිවිධ පුණ්‍යක්‍රියා සම්පූර්ණ කළ පමණට සිත අලංකාර (චිත්තාලංකාර) වන අතර එය සිතට පරිෂ්කාරයක් (චිත්තපරික්කාර) ද වනු ඇත. පින් රැස් කළ පමණට සැප රැස් කළේ ද වෙයි (සුඛෝ පුඤ්ඤස්ස උච්චයෝ). එබැවින් සුළු වූ ද පිනට නිග්‍රහ නොකරන ලෙසත් (මාවපඤ්ඤේථ පුඤ්ඤස්ස න මං තං ආගමිස්සති) පිනට බිය නොව ලෙසත් (මා පුඤ්ඤස්ස භායී) පින් නැවත නැවතත් සිදු කරන ලෙසත් (කයිරා නෙ තං පුනස්පුනං) බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරති. පින් කිරීමෙන් මේ ජීවිතය තුළදී ම තම සතුට මානසික සුවය දියුණු කොට සැනසීමෙන් කල්ගත කිරීමට අවස්ථාව ලැබේ. ඒ අතර නිරෝගීභාවය, දිගාසිරි, කලණ මිතුරු ඇසුර, කීර්තිය, ධනවත්ඛව ආදී අංශයන්ගෙන් ද දියුණු වීමට දානාදි පුණ්‍ය කර්ම උපකාරී වේ. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ එක් අපේක්ෂාවක් වූයේ සත්ත්වයන්ට ස්වර්ග මාර්ගය පෙන්වා දීමයි. එනම් දුගතියට නොවැටී සුගතියට යන මග පැහැදිලි කර දීමටයි.

දානාදි ත්‍රිවිධ පුණ්‍යක්‍රියා සම්පූර්ණ කර ගැනීමෙන් එක් අතකින් තම කුසලය ශක්තිමත් කර ගෙන සුගතිය තහවුරු කර ගැනීමට හැකියාව ලැබෙන අතර අනිත් අතින් තම සන්තානගත ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ යන අකුසල මූලයන් දුර්වල කිරීමට ද හැකියාව ලැබේ. බුදුදහමට අනුව කෙනෙකුගේ ජීවිතයේ සාර්ථකත්වය මනින්නේ හුදෙක් ඔහු ලබා ඇති ආර්ථික, අධ්‍යාපන දියුණුව පමණක් නොව ඔහු කෙතෙක් දුරට කෙලෙස් අඩු පුද්ගලයෙක් ද යන කාරණය මතයි. ඒ අනුව දානාදි ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියා සිදු කිරීම තම සන්තාගත කෙලෙස් මුල් අඩු කිරීමට උපකාරවත් වේ. දානාදි ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියා ඉලක්ක වන්නේ කාමච්ඡන්ද, ව්‍යාපාද, ටීනමිද්ධ, උද්ධච්චකක්කුච්ච, විචිකිච්ඡා යන පංච නිවරණය දුරු කරලීම සඳහායි. බුදුරජුන් පහළ වන සමය වන විට ලොව බොහෝ දෙනා දැන සිටියේ නිවරණ පහක් ගැන පමණි. අසිත කාලදේවල, ආලාරකාලාම, උද්දකරාම පුත්ත වැන්නවුන් මහාකල්ප දහස් ගණනකට පංචනිවරණ දුරු කළ සිටි අයයි. ඔවුන් පවා සාර්ථක ආධ්‍යාත්මික දියුණුවකට පත්වූවන් සේ බුදුසමය නොපිළිගනී. අසිත කාලදේවල සිගිති සිද්ධත් කුමරු දැකීමෙන් හැඬීම මගින් එය වඩාත් ප්‍රකට වේ. එබඳු තත්ත්වයක් මත බුදුදහම තුළ ද පංචනිවරණ විස්තර කර තිබුණ ද බුදුදහම විශේෂයෙන් අවිද්‍යා නිවරණය ද ඇතුළුව නිවරණ හයක් ගැන සාකච්ඡා කරයි. බුදුදහමින් වඩාත් අවධාරණය කරන්නේ අවිද්‍යා නිවරණය දුරුකරලීම සඳහායි. මක් නිසාද යත් අවිද්‍යාව දුරුකළ පමණට සෙසු නිවරණ ද දුරුවන බැවිනි. සත්ති සුත්‍රයෙහි (සං.නි.) දක්වෙන පරිදි සැතකින් පහර ලද්දකු මෙන් හිස ගිනිගත්තකු මෙන් අප්‍රමාදීව සක්කාය දිට්ඨිය දුරුකරලීමට උපදෙස් දීමෙන් බුදුදහමේ ස්ථාවරත්වය වඩාත් ප්‍රකට වේ.

සම්මා සම්බුදු උතුමතු ලොව පහළවීමෙන් ලොවට ලැබෙන ප්‍රධානතම අනුශාසනය නම් දුකින් නිදහස්වීමේ මාවතයි. එනම් විමුක්තිගාමී මග පෙන්වා දීමයි. මක්නිසාද යත් අබුද්ධෝක්පාද කාලවල පවා ලොව සත්පුරුෂ උතුමන් සුගතිගාමී වීම සඳහා පින්කම් කරන බැවිනි. ඇතැමෙක් සමථ භාවනා දියුණු කොට ධ්‍යාන අභිඥා පවා උපදවා ගනිති. එහෙත් සක්කාය දිට්ඨිය දුරුකොට දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත ඔවුහු නොදනිති. විමුක්තිය හෙවත් නිවන සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා දුක සහ දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත පිළිබඳ පැහැදිලි දැක්මක් මුලින් ම උපදවා ගැනීම අවශ්‍ය කෙරේ. ඒ සඳහා පටිච්චසමුප්පාදය පදනම් කොට ගත් අනිත්‍යතාව පිළිබඳ දැනුමක් තිබිය යුතු ය. ලෝකය පිළිබඳ අප කිසියම් අවබෝධයක් ලබන්නේ ඇස, කන, නාසය, දිව, කය, මනස අභ්‍යන්තර ආයතන (ඉන්ද්‍රිය) යන්ට රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ඵොට්ටබ්බ, ධම්ම යන බාහිර අරමුණු සම්බන්ධවීම් වශයෙනි. මෙම ඉන්ද්‍රිය හා අරමුණු ස්ථිරව එකදිගට පවත්නා දේ නොව ඒකක්ෂණිකව පෙර නොතිබී හටගෙන ඒ මොහොතෙහි ම නිරුද්ධ වන අද්දකීමකි. මෙම ආයතන, අරමුණු මෙන් ම අද්දකීම් අතීතයෙන් වර්තමානයට නොපැමිණෙන වර්තමානයෙන් අනාගතයට නොයන ස්වභාවයන් ය (අනුඤා සම්භුතං නුඤා න භවිස්සති). එය හේතු ඇතිවිට හටගෙන (අස්මිං සති ඉදං හෝති), හේතු නැති විට නිරුද්ධ වන (අස්මිං අසති ඉදං න හෝති) ස්වභාවයකි. තවද හේතු ඉපදීමෙන් හටගන්නා (ඉමස්ස උප්පාදා ඉදං උප්පජ්ජති), හේතු නිරුද්ධවීමෙන් නිරුද්ධ වන (ඉමස්ස නිරෝධා ඉදං නිරුජ්ජති) තත්ත්වයකි. හේතු ඇතිවීමෙන් හටගන්නා යම් ස්වභාවයක් වේ ද හේතු නිරුද්ධවීමෙන් ඒ සියල්ල ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධ වනු ඇත (යං කිඤ්චි සමුදය ධම්මං සබ්බං තං නිරෝධ ධම්මං). ලොව සැබෑ තත්ත්වය මෙසේ වුව ද අප තුළ පවත්නා අනවබෝධය හෙවත් අවිද්‍යාව හේතුවෙන් ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය (ආයතන), අරමුණු මෙන් ම අද්දකීම් අතීතයේ පටන් පවතින මේ මොහොතෙහි ද පවතින අනාගතයට ද යන ස්ථිර ස්වභාවයක් යන විපල්ලාසය (වැරදි අවබෝධය) පවතී.

දුක පිළිබඳව තවදුරටත් දැනුවත් වීමේ දී පටිච්චසමුප්පාදයේ එන අංග පිළිබඳව ද අවබෝධය ලැබීම වැදගත් වේ. ඒ අනුව ජරා, මරණාදී දුක්ඛයන්ට හේතුව උපත (ජාති)යි. උපතට හේතුව භවය හෙවත් 'තමා වටා ස්ථිර වූ ලෝකයක් ඇත' යන හැඟීමයි. නැතහොත් උපතක් පිණිස අවශ්‍ය මානසික වටපිටාව හෙවත් කර්ම රැස් කර ගැනීමයි. භවය හටගන්නේ උපදාන හෙවත් අරමුණු තමා වෙත ඇද ගැනීම හේතුවෙනි. එය කාම, දිට්ඨි, සීලබ්බත, අත්තවාද වශයෙන් සතරාකාර වේ. උපදාන හටගන්නේ තෘෂ්ණාව (තණ්හා) හේතුවෙනි. එනම් පුනර්භවය පිණිස සිත ඒ ඒ කැමැති අරමුණුවල බැස ගන්නා ස්වභාවයයි. තෘෂ්ණාව හටගන්නේ ස්පර්ශය හේතුවෙනි. එනම් ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රියවලට ගෝචර වන රූප, ශබ්දාදී අරමුණු අවිද්‍යා සහිත සිතින් ස්පර්ශ කිරීම හේතුවෙනි. එම ස්පර්ශය හටගන්නේ අවිද්‍යාපාදකව ඇස, කන ආදී ආයතන හටගැනීම හේතුවෙනි. ඇසෙහි හටගැනීම දුකෙහි හටගැනීම වශයෙන් බුදුදහමෙහි දක්වන්නේ එබැවිනි. ආයතන හටගන්නේ නාමරූප හෙවත් සිත, සිතිවිලි හා ඒ ඇසුරින් පවත්නා රූප හේතුවෙනි. නාමරූප හටගන්නේ විඤ්ඤාණය හේතුවෙනි. එනම් ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය ඇසුරින් පවත්නා වක්ඛු විඤ්ඤාණ ආදී රූපාදිය පිළිබඳ අවිද්‍යාපාදක දැනීම හේතුවෙනි. මෙම දැනුම ඇති වන්නේ සංඛාර හෙවත් චේතනා හේතුවෙනි. සංඛාර හටගන්නේ අවිද්‍යාව හේතුවෙනි. අවිද්‍යාව යන්න විවිධාකාරයෙන් විස්තර කළ හැක. එක් අතකින් විස්තර කළහොත් තමා වටා සුභ, නිත්‍ය, සැප, ආත්ම වශයෙන් ලෝකයක් ඇත යන අනවබෝධය (විපල්ලාස)යි. තවද ඇස, කන ආදී ආයතන එක දිගට සන්තතිකයක් වශයෙන් පවතී යන අනවබෝධයයි. තවත් අයුරකින් කිවහොත් රූප, ශබ්දාදිය තමා දකින, අසන ආකාරයෙන් ම බාහිර පවතී ය යන මිථ්‍යා අදහසයි. නැතහොත් තම අභ්‍යන්තරයෙන් නිත්‍ය වූ ආත්මයක්, සත්ත්වයෙක්, පුද්ගලයෙක් ඇත යන අදහසයි. තව ද තමාගේ අද්දකීම්වලදී හටගන්නා රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය ස්ථිරව පවත්නා ස්වභාවයක් යන විපල්ලාසයි. මෙම විපල්ලාසය හෙවත් වැරදි අවබෝධය අවිජ්ජා, මෝහ, විපල්ලාස, මිච්ඡාදිට්ඨි ආදී නම්වලින් බුදුදහමෙහි විස්තරවේ.

අවිද්‍යාවේ ස්වභාවය තේරුම් ගැනීම දුකින් නිදහස්වීම කරා යන විමුක්ති මාර්ගයෙහි ප්‍රධාන අවශ්‍යතාවක් වේ. දුක තේරුම් ගත් පමණට එහි සමුදයක් එහි නිරෝධයක් ඊට ඇති මාවතක් යන

චතුරාර්ය සත්‍යය (Four Noble Truths) ම තේරුම් ගත්තේ වේ. ජාති, ජරා, ව්‍යාධි, මරණ වශයෙන් පටන් ගෙන සැබෑ දුක වශයෙන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දක්වා ඇත්තේ අවිද්‍යා සහගතව හටගන්නේ පඤ්චුපාදානස්කන්ධයේ හටගැනීමයි (සංකීර්ණ පංචුපාදානස්කන්ධය දුක්ඛය). අප ඇස්, කන් ආදී ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ කිසියම් දැනීමක් ලැබීම යනු ක්ෂණිකව (රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන) පංචුපාදානස්කන්ධයේ (Five Aggregates) හටගැනීමයි. රූප, ශබ්දාදිය දැනගැනීම පිළිබඳ කිසියම් අද්දැකීමක් ලැබීම යනු මෙම ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීමයි. එනම් නාමරූප ධර්මයන්හි හටගැනීමයි. එම අද්දැකීම ලැබෙන්නේ හුදෙක් බාහිර රූපය නිසා ම නොව තම මානසික ස්වභාවයේ ද එකතුව නිසයි. එනම් අතීත කර්ම අද්දැකීම වශයෙන් තමාට ලැබුණු ආයතන ඔස්සේ අවිද්‍යා, තෘෂ්ණා, නිබ්බන්ති ලක්ෂණ නොදැනීම යන කරුණුවල එකතුව මතයි. එහෙත් අවිද්‍යා සහගත මානසික තත්ත්වය නිසා අපට සිතෙන්නේ බාහිර රූප, ශබ්දාදිය එය ඇති ලෙස ම අපට සංජානනය වන බවයි. බාහිර අද්දැකීම් සතර මහා භූතරූප ඒකරාශී වීම් වශයෙන් පවතින අතර එය සැප, දුක් ආදී වශයෙන් සංජානනය වන්නේත් එය අත්විඳිය හැක්කේත් අපගේ මානසික ස්වභාවය අනුවයි. එම මානසික ස්වභාවය ද කිසියම් තැනක ස්ථිරව තැන්පත් ව ඇති දෙයක් නොව අතීත අද්දැකීම් ආදියේ බලපෑම මත වර්තමාන මොහොතෙහි හටගන්නා අද්දැකීමකි. එම අද්දැකීම අතීතයෙන් වර්තමානයට නොඑන වර්තමානයෙන් අනාගතයට නොවන වර්තමාන මොහොතෙහි හේතු ඇති විට හටගෙන හේතු නිරුද්ධවීමෙන් ක්ෂණිකව නිරුද්ධ වන මානසික ස්වභාවයකි. මෙම ලෝක යථාර්ථය සපුරා තේරුම් ගෙන එය තම සමස්ත ජීවිතය තුළ ම අද්දැකීමක් බවට පත් කර ගත හැකි වුවහොත් අප අද්විදින සකලවිධ ජරා, මරණාදී දුක් සමුදායෙන් නිදහස් විය හැකිය. ඒ සඳහා සතර සෝතාපත්ති අංගයන්ගෙන් නිතර උපකාරවත් බව ලැබිය යුතු ය. එනම්,

1. කල්‍යාණමිත්‍ර ආශ්‍රය (Good Association)
2. සද්ධර්මශ්‍රවණය (Listening Dhamma)
3. යෝනිසෝ මනසිකාරය (Wise Reflexion)
4. ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපදාව (Practice)

කල්‍යාණමිත්‍ර ආශ්‍රය යන පටිච්චසමුප්පාදය සංඛ්‍යාත දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත පහදා දෙන සත්පුරුෂ මිතුරන්ගේ ඇසුරයි. ඔවුන් වෙතින් චතුරාර්ය සත්‍යය පැහැදිලි වන අනුශාසනා අසා දැන ගැනීම සද්ධර්මශ්‍රවණයයි. ඇසූ දහම ඔස්සේ කෙලෙස් ඇති නොවන පරිදින් කුසල් වැඩෙන ලෙසත් තම චින්තනය මෙහෙයවීම යෝනිසෝ මනසිකාරයයි. පටිච්චසමුප්පාදය පදනම් කොටගත් දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයෙන් යුතුව ක්‍රීඩා ශික්ෂාවන්හි අප්‍රමාදීව යෙදීම ධර්මානුධර්ම ප්‍රතිපදාවයි. එනම් :

1. සීල
2. සමාධි
3. පඤ්ඤා

සීල යනු තම කායික වාචසික සංවරයයි. සමාධි යනු දිගුකලක් එක කුසල අරමුණක් ඔස්සේ සිත භාවිත කිරීමෙන් ලැබෙන මානසික ඒකාග්‍රතාවයි. පඤ්ඤා යනු සමාධිමත් සිතින් ලොව ඇති තනු එනම් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණය නුවණින් මෙනෙහි කිරීමයි. වඩාත් විස්තර සහිතව කිවහොත් රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම (සමුදය), නැතිවීම (වය), එහි ආශ්වාදය (ආස්සාද), හයානකබව (ආදීනව), මිදීම (නිස්සරණ) නුවණින් මෙනෙහි කිරීමයි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නිතර අනුශාසනා කළේ ස්කන්ධ පංචකය ඉහත ආකාරයන්ට අනුව නිතර නුවණින් මෙනෙහි කරන ලෙසයි. පෘථග්ජන අයට සේඛ තත්ත්වයට පත්වීමටත් සේඛ අයට අසේඛ තත්ත්වයට (අර්හත්වයට) පත්වීමටත් රහත් උතුමන්ට පිරිනිවන තෙක් සුවදායීව වාසය කිරීමටත් බුදුරදුන් වදාළ ඒකායන ප්‍රතිපදාව මෙයයි. මෙලෙස මෙනෙහි කළ පමණට සතර විපල්ලාස (වැරදි අදහස්) දුරුවී සිත අවිද්‍යාවෙන් දුරුවේ. අවිද්‍යාව දුරු වූ පමණට ලෝභ, ද්වේෂ ද නිරායාසයෙන් ම දුරු වී යයි.

සතර විපල්ලාස නම්,

1. අසුභේ සුභ සඤ්ඤා
2. අනිච්චේ නිච්ච සඤ්ඤා
3. දුක්ඛේ සුඛ සඤ්ඤා
4. අනත්තේ අත්ත සඤ්ඤා

බුදුදහමේ ඇතුළත් ප්‍රධාන ඉගැන්වීම් සියල්ල ම ඉලක්ක කොට ඇත්තේ මෙම සතර විපල්ලාස දුරුකොට ප්‍රඥාලෝකය ලබාදීමටයි. නැතහොත් ප්‍රඥාලෝකය ලබාදී ඉහත විපල්ලාස දුරුවන අයුරින් මනස සකස්කරලීමටයි. විශේෂයෙන් සත්ත්වයන්ගේ පිරිසිදුවට, ශෝක පරිද්‍රවයන් ඉක්මවීමට, දුක් දොම්නස් දුරුකරලීමට, ප්‍රඥාව ලැබීමට, නිවන සාක්ෂාත් කරලීමට හේතුවන ඒකායන ප්‍රතිපදාව ලෙස බුදුරජාණන් වහන්සේ පනවන්නේ සතර සතිපට්ඨානයයි. එනම්

1. කායානුපස්සනා
2. වේදනානුපස්සනා
3. චිත්තානුපස්සනා
4. ධම්මානුපස්සනා

කායානුපස්සනාව යනු සතර මහාභ්‍යාසයන්ගේ, දෙතිස් කුණපනයෙන් සැදී භෞතික ශරීරය පිළිබඳ සිහිය හා නුවණ වැඩීමයි. මුලදී තමාගේ කය සිහිකරන අතර පසුව අන් අයගේ ශරීර පිළිබඳව ද සිහිය හා නුවණ වඩයි. වේදනානුපස්සනා යන අරුත, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය හය ඔස්සේ ලැබෙන සැප, දුක්, උපේක්ෂා යන වේදනා පිළිබඳ සිහිය හා නුවණ භාවිත කිරීමයි. චිත්තානුපස්සනා යනු තම සිතෙහි පවත්නා රාග, දෝස, මෝහාදී මානසික ස්වභාවය පිළිබඳ තම සිහිය හා නුවණ භාවිත කිරීමයි. ධම්මානුපස්සනා යනු කුසලාකුසල සිතිවිලි පිළිබඳවත් ඒවායේ හටගැනීම පිළිබඳවත් සිහිය හා නුවණ භාවිත කිරීමයි. මෙලෙස සතර සතිපට්ඨානය වඩමින් ඒ තුළ වාසය කිරීම තම පියාගේ ගොදුරු බිය වාසය කිරීමක් වශයෙන් දක්වා තිබේ (සකේ ගෝචරේ භික්ඛවේ, පෙන්නිකේ විසයේ වරථ). සතර සතිපට්ඨානය නමැති පිතෘ විෂය තුළ හැසිරෙන විට මාරයාට තමා වසඟ කළ නොහැකි බව සඳහන් ව ඇත.

කායානුපස්සනාව වැඩීමෙන් ක්‍රමයෙන් 'අසුභේ සුභ විපල්ලාසය' දුරුවන අතර රූප ස්කන්ධය ප්‍රකට කර ගැනීමට ද එය උපකාරවත් වේ. තව ද කබලිංකාර ආහාරය පිරිසිදු දෑන ගැනීමටත් නාමරූප අතුරින් රූපය ප්‍රකට කර ගැනීමටත් කායානුපස්සනාව උපකාරී වේ. වේදනානුපස්සනාව වැඩීමෙන් 'දුක්ඛේ සුඛ සඤ්ඤාව' දුරුවන අතර වේදනාස්කන්ධය පිරිසිදු දෑන ගැනීමට ද අවස්ථාව සැලසේ. ඒ අතර එස්සාහාරය ප්‍රකට කර ගැනීමටත් නාමස්කන්ධය වටහා ගැනීමටත් වේදනානුපස්සනාව ප්‍රයෝජනවත් වේ. චිත්තානුපස්සනාව වැඩීමෙන් 'අනිච්චේ නිච්ච විපල්ලාසය' දුරුවන අතර විඤ්ඤාණස්කන්ධය ප්‍රකට කර ගැනීමටත් විඤ්ඤාණාහාරය පිරිසිදු දෑන ගැනීමටත් නාමය තවදුරටත් ප්‍රකට කර ගැනීමටත් චිත්තානුපස්සනාව ප්‍රයෝජනවත් වේ. ධම්මානුපස්සනාව වැඩීමෙන් සංඛාරක්ඛන්ධය මනෝසංවේතනාහාරය ප්‍රකට වන අතර 'අනත්තේ අත්තසඤ්ඤාව' ක්‍රමයෙන් දුරුවේ.

ධර්ම මාර්ගය ආරම්භයේ දී ම කල්‍යාණමිත්‍ර ඇසුරින් සද්ධර්මශ්‍රවණය කිරීමෙන් දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය විස්තර වන පටිච්චසමුප්පාදය පදනම් කොට ගත් අවබෝධයක් ලබා තිබීම වැදගත් වේ. ධර්මය තේරුම් ගැනීමටත් බුදුරජාණන් වහන්සේ හඳුනා ගැනීමටත් පටිච්චසමුප්පාද අවබෝධය බෙහෙවින් උපකාරී වේ.

‘යෝ පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති, සෝ ධම්මං පස්සති.

යෝ ධම්මං පස්සති සෝ පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති.’

‘යෝ ධම්මං පස්සති සෝ මං පස්සති,

යෝ ධම්මං පස්සති සෝ මං පස්සති.’

‘ජානතෝ අහං භික්ඛවේ, පස්සතෝ ආසවානං ධයං වදාමි නෝ ආජානතෝ නො අපස්සතෝ’ යනුවෙන් දැක්වෙන පරිදි පටිච්චසමුප්පාදය හෙවත් දුකෙහි හටගැනීම හා නිරෝධය දන්නාවූ ද දක්නාවූ ද තැනැත්තාට ආශ්‍රවයන්ගේ ක්ෂයකිරීම පනවන බව භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අවධාරණයේ ප්‍රකාශ කරති. එනිසා ශ්‍රැතවත් බව ධනයක් (සුභ ධනං) වශයෙන් ද දහමෙහි දක්වා තිබේ. එනිසා ඉහත පැහැදිලි කළ පරිදි අවිද්‍යාව හේතුවෙන් දුක හටගෙන ජරාමරණ කරා සත්ත්වයා ගමන් කරන අයුරු මෙන් ම අවිද්‍යාව නැති විට සංඛාර, විඤ්ඤාණ, නාමරූප ආදිය දුරු වී දුකින් නිදහස්වීම පිළිබඳව ද මනා අවබෝධයක් ධර්ම මාර්ගය ආරම්භයේ දී ම ඇති කර ගැනීම බෙහෙවින් වැදගත් වේ. මෙකී අවබෝධයන් සමඟ වැඩිය යුතු ගුණාංග පිළිබඳව ධර්මයෙහි විස්තර වේ. ඒ සියල්ල සත්තිස් බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වශයෙන් දක්වා තිබේ. එනම් :

සතර සතිපට්ඨාන

- 1. කායානුපස්සනා
- 2. චේදනානුපස්සනා
- 3. චිත්තානුපස්සනා
- 4. ධම්මානුපස්සනා

සතර සමාග්ඵ්‍රධාන වීර්ය

- 1. අනුප්පන්නානං අකුසලානං ධම්මානං අනුප්පාදාය ඡන්දං ජනේති වායමති චිත්තං.
- 2. උප්පන්නානං අකුසලානං ධම්මානං පහානාය ඡන්දං ජනේති වායමති චිත්තං.
- 3. අනුප්පන්නානං වා කුසලානං ධම්මානං උප්පාදාය ඡන්දං ජනේති වායමති චිත්තං.
- 4. උප්පන්නානං කුසලානං ධම්මානං ධීතියා භීයොභාවාය ඡන්දං ජනේති වායමති චිත්තං.

සතර ඉද්ධිපාද

- 1. ඡන්ද
- 2. චිත්ත
- 3. චිරිය
- 4. විමංසා

පංච ඉන්ද්‍රිය

1. සද්ධා
2. චිරිය
3. සති
4. සමාධි
5. පඤ්ඤා

පංච ඉන්ද්‍රිය

1. සද්ධා
2. චිරිය
3. සති
4. සමාධි
5. පඤ්ඤා

සත්ත බොජ්ඣංග

1. සති
2. ධම්මච්චය
3. චිරිය
4. ජිති
5. පස්සද්ධි
6. සමාධි
7. උපෙක්ඛා

ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය

1. සම්මාදිට්ඨි
2. සම්මාසංකප්ප
3. සම්මාවාචා
4. සම්මකම්මන්ත
5. සම්මාආජීව
6. සම්මාවායාම
7. සම්මාසති
8. සම්මාසමාධි

මෙලෙස බෝධිපාක්ෂික ධර්ම 37ක් පැවැතිය ද ශ්‍රාවකයන්ගේ බුද්ධිය හා ඉන්ද්‍රිය ධර්මයන් වඩා ඇති ආකාරය අනුව බුදුරජාණන් වහන්සේ ඉහත කරුණු අඩු වැඩි වශයෙන් විවිධාකාරව දේශනා කර තිබෙනු දක්නට ලැබේ. ඒ සියල්ල ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය තුළ ගොනු කළ හැකිය. ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය වැඩිමේ දී අනෙකුත් අංග සියල්ල සම්පූර්ණත්වයට පත් වේ. තවත් අයුරකින් දක්වා ඇති පරිදි සත්තබොජ්ඣංග වඩන විට සෙසු අංග ද සම්පූර්ණ වේ. ඒ අතර පංච ඉන්ද්‍රිය වඩන විට ද සෙසු අංග පරිපූර්ණත්වයට පත්වේ. තවද සතර සතිපට්ඨානය තුළ පිහිටා ක්‍රියා කරන විට සෙසු බෝධිපාක්ෂික ධර්ම සියල්ල වැඩේ. ත්‍රිවිධ ශික්ෂාව වැඩිමේ දී ද සෙසු ධර්මතා වර්ධනය වේ. අභිඤ්ඤා සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි වරෙක බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන්නේ නුවණැති තැනැත්තකුට තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් වැඩිමට ඇත්තේ දෙකක් පමණක් බවයි. එනම් සමථ හා විදර්ශනායි. තව ද ප්‍රඥාව නමැති එක ම ධර්මතාව වඩන විට සෙසු ගුණාංග සියල්ල සම්පූර්ණ වන බව ද සඳහන් වේ. අනාපානසති සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි මනා දැක්මකින් යුතුව ආනාපානසතිය නමැති එක ම ධර්මතාව වඩන විට සතර සතිපට්ඨානය වැඩෙන අතර සතර සතිපට්ඨානය වැඩෙන විට සත්ත බොජ්ඣංග සම්පූර්ණත්වයට පත් ව විද්‍යා විමුක්ති සාක්ෂාත් වන බව දක්වා තිබේ. මේ කුමන ආකාරයකින් නිවන් මග වැඩුව ද පටිච්චසමුප්පාදය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධය අත්‍යවශ්‍ය සාධකයක් වේ.

පේටකෝපදේසයෙහි දැක්වෙන පරිදි සමස්ත බුද්ධවචනයට ම පදනම වී ඇත්තේ වචන 18කි. ඉන් 9ක් අකුසල් වන අතර 9ක් කුසල් වේ. ඒවා නම්.

අකුසල : ලෝභ, දෝස, මෝහ, සුභ, සුඛ, නිච්ච, අත්ත, අවිජ්ජා, භවතණ්හා

කුසල : අලෝභ, අදෝස, අමෝහ, අසුභ, දුක්ඛ, අනිච්ච, අනත්ත, සමථ, විජ්ජසනා

අංගුත්තර නිකායෙහි අභිඤ්ඤා සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි නුවණැති තැනැත්තකු විසින් තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් දත යුතු උසස් ම දෙය නම් පංචුපාදානස්කන්ධයයි. එනම් දුක හටගන්නා ආකාරය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයයි. අපට දුක හටගන්නේ රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම හා එහි නිරෝධය මනාව නොදන්නාකම නිසයි. අප වෙත ඇති මහා බර නම් මෙම ස්කන්ධ පංචකයයි. ඒ බව උසුලාගෙන යාම භාරාදාන වන අතර එම බර උසුලන්නා භාරාභාර වේ. එම බර බහා තැබීම භාර නික්බේපය ලෙස දක්වා තිබේ. තවද නුවණැත්තකු විසින් තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් ප්‍රභීණ කළ යුත්තේ අවිද්‍යා, භවතණ්හා දෙකයි. නුවණැත්තකු විසින් තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් වැඩිය යුත්තේ සමථ විදර්ශනායි. තවද ඔහු තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් සාක්ෂාත් කළ යුත්තේ විද්‍යාවිමුක්තියයි.

ඒ අනුව බුදුදහමින් ලබන උසස් ම ආධ්‍යාත්මික දියුණුව වන්නේ විද්‍යා - විමුක්ති සාක්ෂාත් කර ගැනීමයි. එනම් සියලු ආශ්‍රව ක්ෂය කොට ඒ පිළිබඳ අවබෝධයෙන් යුක්තවීමයි. අංගුත්තර නිකායෙහි අවිජ්ජා සූත්‍රයට අනුව විද්‍යාවිමුක්ති සාක්ෂාත් කර ගැනීම දක්වා යන ගමන් මගෙහි පසු කළ යුතු පියවර පැහැදිලිව සඳහන් වේ. ඒ අනුව විද්‍යාවිමුක්ති සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා සත්ත බොජ්ඣංග වැඩිමත් සත්ත බොජ්ඣංග දියුණුවීම සඳහා සතර සතිපට්ඨානය වැඩිමත් සතර සතිපට්ඨානය දියුණු කර ගැනීම සඳහා (කාය, වච්චි, මනෝ යන) ත්‍රිවිධ සුවර්ත සම්පූර්ණ කර ගැනීමත් ත්‍රිවිධ සුවර්ත සම්පූර්ණවීම සඳහා ඉන්ද්‍රිය සංවරයන් ඉන්ද්‍රිය සංවරය දියුණුවීමට සතිසම්පජ්ඤජයන් ඒ සඳහා යෝනිසෝ මනසිකාරයන් යෝනිසෝ මනසිකාරය දියුණුවීමට ශ්‍රද්ධාවත් ශ්‍රද්ධාව උපදවා සඳහා සද්ධර්මශ්‍රවණයත් සද්ධර්මය ශ්‍රවණය සඳහා කල්‍යාණමිත්‍ර ආශ්‍රයත් යන කරුණු එකිනෙක පරපූර්ණත්වයට පත්වීම අවශ්‍ය කෙරේ. කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය ලැබුණු විට සද්ධර්මය ඇසීමට අවස්ථාව ලැබී තම ශ්‍රද්ධාව, චීර්යය, සසරගත පාරමිබලය ආදී කරුණු එක්වීමෙන් විද්‍යා විමුක්තිය කරා ම ගමන් කිරීමේ හැකියාව තිබේ. ඒ අනුව අවිජ්ජා සූත්‍රයේ දැක්වෙන ආධ්‍යාත්මික ගමන් මගෙහි පියවර මෙසේ ය.

1. කලායාණමිත්‍ර ආශ්‍රය
2. සද්ධර්මශ්‍රවණය
3. ශ්‍රද්ධාව
4. යෝනිසෝ මනසිකාරය
5. සතිසම්පජ්ඣාදිය
6. ඉන්ද්‍රිය සංවරය
7. ත්‍රිවිධ සුවර්ත
8. සතර සතිපට්ඨාන
9. සත්ත බොජ්ඣංග
10. විද්‍යාවිමුක්ති

සද්ධර්ම ශ්‍රවණය තුළින් ධර්මය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයක් ලැබුණ විට බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන තෙරුවන කෙරෙහි බලවත් ශ්‍රද්ධාවක් හටගෙන ධර්ම මාර්ගය ඔස්සේ ඉදිරියට යාමට බලවත් චීර්යයක් ඇති වේ. තම සම, මස්, නහර, ඇට, ඇටමිදුළු කරා තෙරුවන වෙත ඇති ප්‍රසාදය පැතිරී ගොස් අප්‍රමාදීව ධර්මයෙන් ප්‍රතිබල ලබා ගැනීමේ උනන්දුවක් ඇති වේ. එවිට ධර්ම මාර්ගයෙහි ප්‍රධාන අනුශාසනය වන සතර සතිපට්ඨානය වැඩීම වෙත තම අවධානය යොමු වන අතර තම සියලු කායික, මානසික ක්‍රියා සිහියෙන් කිරීමට පෙළඹේ. කලක් සිහිය දියුණු කිරීමේ ප්‍රතිඵල වශයෙන් සිත සමාධිමත් වන අතර සමාධිමත් වූ සිතින් හැම මොහොතක ම සිදුවන අනිත්‍යතාව නුවණින් මෙනෙහි කිරීමට ක්‍රියා කරනු ඇත. එවිට සද්ධා, විරිය, සති, සමාධි, පඤ්ඤා යන පංච ඉන්ද්‍රිය ධර්ම ක්‍රමයෙන් උපරිමය කරා දියුණු වන අතර එහි උසස් ම දියුණුව නම් හැම මොහොතක ම සිදුවන රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයේ සමුදය වැය දකින කාලය දියුණු වී හැම මොහොතක අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණය කෙරෙහි සම්පූර්ණ අවධානය හා අවබෝධය දියුණු වේ. එහි ප්‍රතිඵල වශයෙන් අවිද්‍යාවෙන් සපුරා නිදහස් සසරගත සියලු මානසික දුක්ඛිච්චාලිත් මිදීමේ හැකියාව ලැබේ. එවිට දුටු දෙයෙහි දැකීම් මාත්‍රය පමණක් ය, ඇසූ දෙයෙහි ඇසීම් මාත්‍රය පමණක් ය, හඳුනා ගත් දෙයෙහි දැනීම් පමණක් ය, දැන ගත් දෙයෙහි දැනීම් පමණක් ය යන අවබෝධයෙහි සිත පිහිටා පවතී (බාහිය සුත්ත).

ඔබ සැමට තෙරුවන් සරණයි!

මේ ගෞතම සම්බුද්ධ ශාසනය තුළදී ම ධර්මාවබෝධය ලැබී
ලෝ සතුන් වෙත උතුම් ධර්ම සේවාවක් කිරීමට ශක්තිය ලැබේවා!

නිට්ටඹුව සාරිපුත්ත ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යාපීඨයේ

ගුරුශිෂ්‍ය භික්ෂූන් වහන්සේලා වෙනුවෙන් පැවැත්වෙන විශේෂ දේශනය

බු.ව. 2560 දුරුතු මස 23 වන සඳු දින (2017.01.23)